

## Menüplan Vom 05/10 bis 30/10

| Montag<br>05. Okt                                                                                                                   | Dienstag<br>06. Okt                                                                                                   | Mittwoch<br>07. Okt                                                                                                 | Donnerstag<br>08. Okt                                                       | Freitag<br>09. Okt                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| Ricotta-Spinat-Lasagne<br>Eichblattsalat mit Tomaten                                                                                | Pouletgeschnetzeltes an Kräuterrahmsauce<br>Reis<br>Bunter Salat mit Mildem Sauce<br>(Gurken, Äpfel, Möhren und Mais) | Rösti mit Linsen im Ofen<br>Blattsalat mit Mais                                                                     | Thunfisch-Vollkornspaghetti mit Rahmsauce<br>und Parmesan<br>Ceasar Salat   | Gemüsekuchen<br>(mit Karotten, Sellerie, Lauch und Käse)<br>Gemischter Salat |
|                                                                                                                                     |                                                                                                                       |                                                                                                                     |                                                                             |                                                                              |
| Montag<br>12. Okt                                                                                                                   | Dienstag<br>13. Okt                                                                                                   | Mittwoch<br>14. Okt                                                                                                 | Donnerstag<br>15. Okt                                                       | Freitag<br>16. Okt                                                           |
| Frühlings-Vollkornpasta<br>(mit Broccoli, Karotten, Erbsen,<br>Frühlingszwiebeln, Paprika und Hartkäse)<br>Tomaten Mozzarella Salat | Polenta mit Gemüseragout und Käse<br>(Aubergine, Tomaten, Zwiebel, Basilikum)<br>Kopfsalat mit Tomaten                | Vollkornspaghetti mit Bolognesesauce<br>Rüebli-salat                                                                | Kürbisuppe<br>Brot<br>Grieschicher Salat                                    | Pangasius + Gemüsegratin<br>Hollandaise Sauce<br>Blattsalat                  |
|                                                                                                                                     |                                                                                                                       |                                                                                                                     |                                                                             |                                                                              |
| Montag<br>19.10.                                                                                                                    | Dienstag<br>20. Okt                                                                                                   | Mittwoch<br>21. Okt                                                                                                 | Donnerstag<br>22. Okt                                                       | Freitag<br>23. Okt                                                           |
| Gnocchi mit Bolognesesauce<br>Grieschischer Salat                                                                                   | Pizza Margherita<br>Spinatsalat mit Tomaten, Mozzarella und<br>Lauchzwiebeln                                          | Gemüsecurry mit Kokosmilch<br>(mit Saisongemüse)<br>Reis<br>Eisbergsalat                                            | Vollkornspaghetti mit Tomaten und Käse<br>Mischsalat                        | Kräuter-Risotto mit Fisch<br>Bunter Frühlingsalat                            |
|                                                                                                                                     |                                                                                                                       |                                                                                                                     |                                                                             |                                                                              |
| Montag<br>26. Okt                                                                                                                   | Dienstag<br>27. Okt                                                                                                   | Mittwoch<br>28. Okt                                                                                                 | Donnerstag<br>29. Okt                                                       | Freitag<br>30. Okt                                                           |
| Fischstäbli mit Salzkartoffeln<br>Erbsen und Karotten<br>Nüssli-salat                                                               | Vollkornteigwaren mit Gemüsesauce<br>(Saisongemüse, Kräuter, Rahm und Käse)<br>Eisbergsalat mit Mais                  | Gratinierte Omeletten à la bolognese<br>(Hackfleisch, Tomatenpüree, Halbrahm und Käse)<br>Vollkornbrot<br>Kopfsalat | Rüebli-risotto mit Bundzwiebeln<br>Bohnensalat (mit Weiss und Kidneybohnen) | Käsecrêpes miit Spinatsauce<br>Randen-Rüebli-salat                           |

\* Menü Änderungen vorbehalten

Herkunft Fleisch: Alle Fleischsorte stammen aus der Schweiz